

POTENCIALES ACTITUDES NEGATIVAS Y ANTÍDOS DE SULAA (PANA)

(Fernández-Ballesteros y López Bravo, 2002)

Instrucciones. A partir del Listado Sus Actividades Agradables, ANÓTE LAS POTENCIALES ACTITUDES NEGATIVAS Y PIENSE EN LOS ANTÍDOTOS

ACTIVIDADES	ACTITUDES NEGATIVAS	ANTÍDOTOS

→ Fernández-Ballesteros, R. y López Bravo, M.D. (2002). La tristeza: cómo combatirla. En R. Fernández-Ballesteros (Dir.). *Vivir con Vitalidad. Vol 5*. Madrid:Prámide. <http://www.casadellibro.com/libro-y-cuando-ocurre-lo-inevitable-vivir-con-vitalidad-v/859059/2900000873347>